Lettre d'un nourrisson à ses parents

Mes chers parents,

Je suis content d'être né et de pouvoir maintenant mieux vous connaître car je vais vous voir, vous entendre et vous sentir. Je sais que vous ferez tout ce qu'il y a de meilleur pour moi et, de mon côté, je vous montrerai combien je suis heureux d'être avec vous.
Vous êtes tout pour moi et je m'en remets à vous pour tout. Je sais que tous les mois, vous m'amènerez chez le docteur pour vérifier que tout va bien ; vous lui poserez beaucoup de questions à mon sujet. Mais moi, j'ai un problème. Je suis encore petit, fragile, et je n'ai pas le mode d'emploi du monde où je vais vivre : c'est pour moi un sacré changement ! Et vous, vous ne me connaissez pas encore bien.
Il va pourtant bien falloir qu'on se comprenne mais je ne sais pas encore vous dire ce que je ressens et je ne sais pas poser mes questions. Alors, j'ai décidé d'expliquer ce qu'il me faut pour être bien, ce qui peut m'être désagréable, et surtout, ce qui doit vous alerter dès que je suis malade.

Mes Chers Parents, il ne faut pas vous inquiéter ; je fais ça pour vous aider, pour que vous sachiez comment je fonctionne pendant mes premiers mois de vie. Après, ça ira mieux, je serai grand, et je vous raconterai tout.

Je vous embrasse fort.
Bébé qui vous aime.

POUR ÊTRE BIEN DANS MA CHAMBRE

J'aime beaucoup qu'on s'occupe de moi pour me faire boire, me changer et me câliner. Mais j'ai aussi besoin de beaucoup dormir. Alors, voilà ce qu'il me faut pour que j'aie un bon sommeil :

Je peux dormir où vous voulez, dans votre chambre près de votre lit, ou dans une autre pièce, mais je ne veux pas changer tout le temps de place. Il faut que l'endroit soit calme, ni trop chaud, ni trop sec, ni trop froid (autour de 19 ^{0}C), et surtout, qu'il n'y ait pas de fumée de cigarette : ça m'intoxique.

Mon lit doit être adapté à ma taille (je suis perdu quand je suis installé sur un grand lit d'adulte), avec des montants rigides, un matelas ferme et pas d'oreiller.

J'aime mieux être couché sur le dos, c'est le plus confortable et le plus sûr pour moi, c'est plus facile pour regarder autour de moi quand je me réveille et je peux jouer avec mes mains ou mes jouets suspendus. Couché sur le côté, je me sens moins bien et surtout, je risque de me retourner sur le ventre, ce qui peut être dangereux pour moi. Parfois, je dois être couché sur le ventre mais uniquement lorsque le docteur le recommande pour des raisons précises.
Ne me mettez jamais de couverture épaisse, ni de couette : ça me tient trop chaud, surtout si je rampe dessous. Je préfère un sur-pyjama s'il fait froid, rien du tout ou un drap s'il fait chaud.

Comme je bouge assez souvent, il ne faut rien me mettre autour du cou, ni ma chaîne, ni ma tétine.
Surveillez bien que mes grands frères et soeurs ne jouent pas trop brutalement avec moi. Et puis, je suis encore trop petit pour rester tout seul avec un animal, même un petit chat.

NE ME LAISSEZ JAMAIS SEUL, MÊME UN BREF INSTANT, SUR LA TABLE **À** LANGER OU DANS LE BAIN.

Si je dois dormir ailleurs (chez papi et mamie, chez des amis ou à la crèche), je veux bien, mais prévenez-moi d'abord, et ne me quittez pas trop vite :
Laissez-moi le temps de m'habituer un peu, et n'oubliez pas de me donner mes objets habituels ou un petit mouchoir de maman par exemple, pour que je m'endorme sans souci.
Racontez mes habitudes de vie à ceux qui vont me garder pour que je ne me sente pas trop perdu, pas trop abandonné.

Si vous êtes pressés, je me débrouillerai bien, mais comprenez que j'aurai un peu de mal, que je serai un peu grognon, et que je ferai un peu la tête.., il ne faut pas m'en vouloir… c'est parce que vous me manquez.

LES VISITES ET LES BALADES

J'aime bien le calme et la régularité de mon rythme de vie. Mais je ne suis pas contre les visites ou les balades.

Les visites
C'est rigolo, mais quand il y a trop de monde, trop de bruit, que c'est trop long, je ne sais plus où j'en suis ; je me fatigue et je suis perturbé.
Les grandes personnes ne savent pas toujours jouer avec moi ou me parler, et je ne sais plus où vous êtes, vous. Je ne veux pas être un jouet que l'on secoue trop violemment, ni la poupée de tout le monde.

Les balades
Je les aime, surtout quand il fait beau (pas trop de soleil, pas de pluie ou de brouillard non plus, pas trop de vent, pas trop de froid). Dans mon landau ou ma poussette, je découvre le ciel, les arbres et les fleurs, mais, s'il vous plaît, évitez de me promener au ras des pare-chocs des voitures. Je dois vous dire aussi que les porte-bébés "kangourou", c'est chouette, mais pas trop longtemps, et faites attention que je ne risque pas de tomber ou d'être cogné et que je n'aie pas trop chaud, surtout dans les magasins surchauffés.

La voiture ? Parlons-en : c'est doux, ça va un peu vite (pas trop s'il te plaît papa), ça ronronne, ça m'endort. Mais il faut que je sois installé bien confortablement, sur un "siège dos à la route". Mais attention, ne m'installez pas sur le siège avant passager, s'il est équipé d'un air-bag. Et puis, je ne dois pas être trop couvert s'il fait chaud et j'ai besoin de m'arrêter souvent pour boire, ou pour changer un peu d'air.

MES REPAS

Maman, tu sais que ton lait est la meilleure alimentation pour moi, pendant les premiers mois, mais que tu aies choisi de m'allaiter ou de me donner le biberon, pour moi ton choix, c'est le bon.

>> Si tu décides de m'allaiter, respecte bien les conseils de la puéricultrice pour que je tète bien et que tu sois confortable. Ne prends aucun médicament sans l'avis du docteur, et éloignes de nous tout ce qui n'est pas bon pour moi, alcool et tabac en particulier.

>> Si tu **me donnes des biberons** (papa peut me les donner aussi), le lait doit être adapté à mon âge (la puéricultrice et le médecin vous conseilleront), mais ne décidez pas tout seuls de changer de marque sous prétexte qu'il me fait vomir, me donne la diarrhée, me constipe ou me donne des boutons. Il doit bien y avoir une autre raison à ces petits troubles : le docteur la trouvera.
Pour reconstituer le lait de mes biberons, faites comme c'est écrit sur la boîte : 1 mesure rase pour 30 ml d'eau. N'augmentez pas la quantité de poudre, car je risque d'en être malade, et à l'inverse, ne diminuez pas sa quantité car le lait ne serait plus assez nourrissant.
Faites attention si vous chauffez mon biberon avant de me le donner : vérifiez sa température sur le dos de la main et rappelez-vous que, dans un four à micro-ondes, le lait peut être brûlant dans un biberon à peine tiède...
Le premier mois, je prends au moins 6 tétées ou biberons par jour. Mais souvent, je ne suis pas bien réglé je confonds le jour et la nuit. Excusez-moi de vous empêcher de dormir et sachez que ça va s arranger en quelques semaines. Progressivement, je ne mangerai plus la nuit, mais, à mon âge, il me faudra au minimum 4 repas par jour.
Les repas me demandent un petit effort physique j'ai des perles de sueur sur mon visage et mes cheveux collent un peu sur mon front. Mais manger reste pour moi un réel plaisir, puisqu'en plus, je suis tout contre vous.
Une dernière recommandation : il fait parfois très chaud. Pensez alors à me proposer à boire davantage (de l'eau ou mon lait habituel) dans la journée, même si je ne sais pas réclamer et vous dire que j'ai soif.

ET MES PROBLÈMES DIGESTIFS ?

Certains ne doivent pas **vous alarmer.**

Il peut m'arriver de "rejeter" de temps en temps : le lait remonte sans effort et déborde. C'est banal au cours de mes rots, ou encore lorsque je bois trop vite parce que je suis glouton. Il suffit alors de me faire ralentir en changeant la vitesse de la tétine ou en m'interrompant un peu. Vérifiez aussi la quantité de lait que vous me donnez : si elle est trop importante... ça déborde

Si je suis paresseux, rappelez-vous qu'un repas de bébé ne doit pas dépasser 20 à 30 min.

Le nombre de selles varie beaucoup d'un enfant à l'autre. J'ai des copains ou des copines de mon âge qui n'en ont qu'une tous les deux jours. Ça dépend souvent du type de lait que je bois. Si c'est le lait de maman, je peux avoir une selle après chaque tétée, un peu jaune et liquide.

Mais je peux avoir des problèmes digestifs plus importants, pour lesquels il faut consulter le docteur.

Prévenez-le lors d'une prochaine consultation :
Si je rejette *beaucoup* après chaque repas ou à distance des repas.
Si vous trouvez mes *draps tachés* par des rejets quand je me réveille après la sieste, ou le matin après la nuit.
Si je *tousse* pendant mes biberons ou pendant mon sommeil.
Si mes *selles* sont dures et paraissent me faire souffrir.

Demandez-lui de me voir rapidement :
Si je *pleure beaucoup* et me débats pendant ou après chaque biberon, ou si je donne l'impression d'avoir mal, parfois même en devenant tout pâle ou bleu.
Si ce sont de *gros vomissements* qui apparaissent, surtout s'ils sont verts ou rouges.
Si mes *selles* s'accompagnent de sang.
Si j'ai de la *diarrhée* mes selles sont alors plus nombreuses et n'ont pas leur consistance habituelle, elles sont trop molles ou même franchement liquides, parfois même comme du pipi.
Si en plus *je ne peux plus manger et j'ai de la fièvre,* c'est peut-être encore plus grave.

Alors, en attendant le docteur, ne me donnez plus de lait, mais proposez-moi le plus souvent possible une solution contre la diarrhée que vous trouverez facilement chez le pharmacien.

EST-CE QUE J'AI DE LA FIÈVRE ?

Je sais que je peux avoir de la fièvre parce que vous prenez ma température, même quand je vais bien (ne la prenez pas **trop souvent quand même).**

Cette fois-ci vous avez eu raison de la prendre :
Parce que vous avez remarqué mes yeux brillants, mes pommettes rouges, des sueurs sur mon front même en dehors des tétées.
Parce que j'ai perdu mon entrain habituel et que je suis devenu grognon et grincheux.
Parce que je n'ai plus faim et que je refuse ou ne termine pas mes biberons.
Parce que mon nez coule, je tousse ou je touche mes oreilles.
Parce que j'ai vomi ou j'ai de la diarrhée.

Vous avez alors posé une main sur mon front, et vous l'avez trouvé anormalement chaud. Mais pour bien mesurer ma température, utilisez un thermomètre "électronique" placé sous mon bras, en ajoutant alors $0,5^0$C au chiffre de la lecture. *Si j'ai 37,8°C ou plus, j'ai de la fièvre.*

Cette fièvre, je peux la supporter plus ou moins bien :
Si je suis rouge, chaud, si j'ai les yeux brillants mais garde mon entrain habituel, c'est que je supporte bien ma fièvre.
Mais, si j'ai une grosse fièvre, 39 ^{0}C et plus, si mon contact avec vous n'est plus comme d'habitude, si mon cri est plaintif, mon teint pâle et parfois bleuté autour des lèvres, si j'ai des marbrures sur les membres avec les mains et les pieds froids, si j'ai des petits frissons ou des petits mouvements saccadés des membres et que mon regard "part dans le vague", si j'ai une éruption qui peut ressembler à des traces de coups et qui s'étend rapidement sur mon corps :

ALORS, APPELEZ LE DOCTEUR DE FAÇON URGENTE

Vous êtes les premiers à pouvoir soigner ma fièvre.
J'ai chaud : découvrez-moi, car les vêtements empêchent la chaleur de s'éloigner de mon corps.
J'ai soif : essayez de me donner davantage à boire.
Donnez-moi aussi, si cela est possible, un bain tiède à une température supportable pour le coude de maman.
Mouillez-moi bien les cheveux en me donnant ce bain.
Ainsi vous aurez déjà fait beaucoup en attendant le docteur. Mais attention : ***ne me donnez aucun médicament (et en particulier pas le dernier sirop antibiotique prescrit pour mon grand frère) sans avoir consulté avec moi notre docteur.***

MON COMPORTEMENT GÉNÉRAL

Pendant tout le temps où je serai petit, j'aurai besoin d'un rythme **de vie très régulier correspondant à mes besoins de sommeil, ou bien à mes envies d'être éveillé.**

Quand je dors, je respire doucement, régulièrement. Parfois je m'arrête quelques secondes, mais ceci est normal dans la mesure où je reste bien rose.
Quand je m'endors, il m'arrive parfois d'avoir quelques secousses des mains et des pieds, et ceci aussi est normal.
Mon sommeil peut être ponctué de petits bruits intermittents ou d'un ronflement léger qui peuvent parfois vous inquiéter. Pourtant ceci est également normal et témoigne de ma présence.
Il m'arrive enfin de me réveiller la nuit : parfois c'est parce que j'ai faim, ou parce que j'ai été réveillé par un bruit, ou parce que j'ai envie de vous voir, ou encore, peut-être, parce que j'ai rêvé, mais je ne m'en souviens jamais... Je m'excuse, mes chers parents, de vous réveiller ainsi, mais je n'y peux rien !

Quand je suis éveillé, j'aime essayer de communiquer avec mon entourage : je lance des sourires, j'essaie de rire, je bouge mes bras et mes jambes, je fais des bulles avec ma bouche... Je suis sympa et mignon n'est-ce pas?

Pourquoi je crie ou je pleure ?
Quand les choses ne vont pas bien, je ne sais pas les dire comme vous les adultes. Alors, si j'en ai besoin, je m'exprime par des cris ou par des pleurs.
La plupart du temps, je veux simplement dire que je suis mal à l'aise ou dans une situation inconfortable. Pouvez-vous chercher quelles sont les raisons de cet inconfort ?
- Le plus souvent, c'est facile, j'ai faim... : je cherche avidement le sein ou la tétine du biberon ; je tète goulûment mes poings, ou dans le vide, Maman, as-tu suffisamment de lait? M'as-tu donné la tétée de façon suffisamment prolongée ? Mon biberon est-il suffisant ?
- Je peux aussi tout simplement avoir envie de compagnie, je suis tellement bien avec toi maman, et j'ai tellement envie de connaître mon papa, c'est bien normal, non? Je suis donc rassuré et je souris quand vous me prenez dans les bras. Témoignez-moi votre présence, et même si vous croyez que je ne comprends pas, parlez-moi.
- Il m'arrive parfois d'être dans une position inconfortable, on a changé les habitudes de ma position de sommeil ou j'ai glissé sur mon matelas, perdant tout contact avec les montants du lit... Rassurez-moi, et replacez-moi dans une position d'apaisement et de sommeil.

Je crie et je m'agite... mes couches sont peut-être souillées. Avez-vous pensé à les changer régulièrement, surtout si mes selles sont plus liquides ou si ma peau est irritée ?

- Comme vous l'avez remarqué, je pleure souvent le soir à la tombée du jour. Je suis alors irritable ou grognon en fin d'après-midi. Ce n'est pas que je ne vais pas bien, mais c'est plus fort que moi, et ça passera quand j'aurai quelques mois de plus.
- Il m'arrive enfin de pleurer sans parvenir à m'arrêter, malgré vos consolations. Je frotte mes yeux, je suce mon pouce, je secoue la tête et cherche le sommeil. C'est normal, il est l'heure de dormir, ou je n'ai pas assez dormi au cours de la journée. Ne m'en veuillez pas, chers parents, de ne plus vouloir jouer avec vous. Respectez mon sommeil et demain, j'aurai retrouvé le sourire. Et si je n'arrive pas à trouver ce sommeil, parce que je ne sais pas ce que je veux, dormir calmement ou continuer la fête avec vous maman, prends-moi dans tes bras, contre toi, et berce-moi doucement en chantant les berceuses que ta maman t'a apprises. Tu verras alors mes paupières devenir lourdes, lourdes, et je m'endormirai calmement, tout détendu et heureux.

Chers parents, vous avez passé en revue la liste des raisons courantes de mon inconfort, et vous n'avez rien trouvé. Ne me laissez pas crier encore avant de vous être assurés que je ne suis pas **malade :**

OBSERVEZ

> Est-ce que j'ai perdu mon *entrain* habituel ?

> Est-ce que je deviens brusquement *pâle* au décours de mes cris ?

> Est-ce que je *m'essouffle* en prenant mes biberons ?

> Est-ce que je *refuse mes biberon,s,* ou je ne parviens pas à les terminer ?

> Est-ce que je *rejette,* ou est-ce que je *vomis* une partie du lait que l'on m'a donné ?

> Est-ce que certaines positions exagèrent mes cris ou est-ce que je m'agite en cherchant moi-même une *position de répi t?*

> Est-ce que mes *cris se majorent* quand vous me touchez ou quand vous me mobilisez ?

ÉCOUTEZ

> Est-ce que mes cris sont devenus *plaintifs ou geignards ?*

> Est-ce qu'ils *surviennent par à-coups* sans que vous puissiez, comme à l'habitude, m'apaiser ?

> Est-ce que je *tousse la nuit ?*

> Est-ce que j'ai du *mal à respirer* parce que j'ai constamment le nez bouché ?

Si vous répondez oui à une ou plusieurs de mes questions,
il faut que le docteur **m'examine rapidement.**

MES MÉDICAMENTS

Quand nous avons quitté **la maternité, la puéricultrice a dit "pour un bébé tout neuf,** une **toute petite** pharmacie". ***Moi, j'ai bien compris quels sont les médicaments dont j'ai besoin dans ma pharmacie personnelle:***

Le sérum physiologique : vous pouvez vous en servir tous les jours pour nettoyer mon nez et éventuellement mes yeux. Mais si des sécrétions vertes et épaisses apparaissent, emmenez-moi chez le docteur.

Le fluor : il est utile tous les jours pour que j'aie de bonnes dents toute ma vie.

Le suppositoire de glycérine : vous pouvez l'utiliser de temps en temps si je suis constipé et que ça me fait mal. Mais n'oubliez pas de demander son avis au médecin quand nous irons le voir.
L'éosine à l'eau: c'est pour soigner mes fesses irritées, mais il faut, avant de les colorer en rouge, les laver soigneusement avec de l'eau et un savon doux, puis les sécher complètement.

J'ai bien retenu les autres recommandations:
Il ne faut pas me donner un sirop contre la toux, sans avis médical.
Il ne faut jamais me donner de sirop ou des gouttes pour me faire dormir même si tes amies, maman, te disent le contraire.
Si avant *4* mois j'ai de la fièvre, il ne faut pas dire que c'est une poussée dentaire ou une grippe : il faut m'emmener chez le médecin. Il dira comment utiliser les médicaments pour la faire baisser et en traiter la cause. Je sais bien que vous, les grands, vous utilisez facilement des produits, mais c'est différent, je suis un bébé.., alors, attention.,.
Si ma peau est irritée, elle peut absorber beaucoup les produits et les crèmes qui lui sont appliqués, alors méfiance et pas d'abus.
Ne me donnez jamais les médicaments utilisés pour mon grand frère ou qu'une autre maman a pu vous conseiller. Je ne veux prendre que ceux que mon docteur m'a prescrits.
Et puis encore une chose, avant de me donner un médicament, vérifiez à chaque fois sur la boîte que c'est bien adapté à mon âge, et qu'il n'est pas périmé.

Urgence ... urgence

APPELEZ LE **DOCTEUR TOUT DE SUITE :**

• Si je ne réagis plus comme d'habitude :
Vous me trouvez trop mou, je ne souris plus, je dors tout le temps, je n'ai plus envie de manger (je refuse la nourriture ou je bois moins de la moitié de mes biberons plusieurs fois de suite).
• Si je semble avoir mal, je m'agite et je m'énerve sans raison apparente, je transpire tellement que mes vêtements sont mouillés.
• Si je tousse constamment, je respire très vite ou trop lentement en faisant du bruit, je m'essouffle.
• Si je deviens brusquement pâle ou bleu, je perds connaissance même brièvement, ma peau devient grise ou marbrée avec mes mains et mes pieds froids.
• Si ma température dépasse 39$^{\circ C}$ ou est inférieure à 36$^{\circ C}$.
• Si j'ai plusieurs de ces signes, ou s'ils s'aggravent ou s'ils résistent au traitement, c'est que je suis très malade.

BÉBÉ A RÉPONSE À TOUT – VRAI OU FAUX ?

A propos de l'alimentation:

L'allaitement maternel est le moyen idéal de nourrir un bébé et de le protéger contre certaines maladies.
Vrai, l'allaitement maternel couvre les besoins de la plupart des nourrissons pendant les premiers 4 à 6 mois et diminue la fréquence des infections, digestives en particulier. Passés les premiers mois, certaines mères continuent d'allaiter, tout en commençant à donner du lait industriel (allaitement mixte) puis, à partir de 6 mois, des aliments plus variés. Une alimentation équilibrée, des boissons abondantes non alcoolisées, tant pendant la grossesse qu'après l'accouchement, sont importantes pour assurer une bonne lactation.

Les laits vendus en supermarché sont les mêmes que ceux vendus en pharmacie:
Vrai, mais uniquement pour les laits "standards" et "les laits confort".
Faux, pour les laits particuliers (hypoallergéniques ou de régimes spéciaux) qui sont vendus exclusivement en pharmacie.

Certains laits sont plus "riches" que d'autres :
Faux, globalement les laits "standards" pour le 1er âge et les laits hypoallergéniques apportent le même nombre de calories et les mêmes nutriments, même s'il existe des différences dans leur composition. Ils ont été mis au point, chacun avec ses spécificités, pour répondre au mieux aux besoins des nourrissons. C'est pourquoi les changements de lait ne doivent être réalisés que sur prescription médicale.

Donner du jus d'orange est nécessaire dès 3 semaines de vie :
Faux, les laits actuels contiennent suffisamment de vitamine C. Le jus d'orange peut augmenter le nombre des régurgitations.

On peut donner à boire des liquides qui sortent immédiatement du réfrigérateur :
Faux, c'est trop froid. Il faut les laisser un peu se réchauffer à température ambiante.

Il ne faut pas me réveiller pour mon biberon quand je dors :
Vrai, à condition que mon sommeil soit comme d'habitude.
Faux, si dans la journée je ne suis pas réveillé au bout de 4 à 5 heures.

L'interprétation de quelques symptômes :

Les marbrures sont des signes de bonne santé :
Vrai, si ces petites marbrures sont habituelles et existent depuis la naissance.
Faux, si ce signe est d'apparition récente et s'associe à d'autres troubles (voir Urgence).

J'ai mal au ventre, donc j'ai des coliques :
Vrai, si au cours des premiers mois je me tortille à distance de la prise de mes biberons (surtout en fin d'après-midi ou le soir), j'émets beaucoup de gaz, et je me calme dans les bras.
Faux, si ces symptômes apparaissent au cours du biberon, si je change de couleur, si je rejette il faut en parler au docteur.

J'ai une selle liquide, donc j'ai de la diarrhée :
Faux, la diarrhée se définit par plusieurs selles liquides et rapprochées.

Je ne suis pas malade puisque je n 'ai pas de fièvre :
Faux, quand on est tout petit, on peut être malade, sans fièvre, et même avec une température basse. Le comportement du bébé peut être anormal, même en l'absence de fièvre (voir Urgence).

A propos des médicaments :

- *Il est inutile de donner de la vitamine D à un bébé allaité au sein*

Faux, cette vitamine est absolument indispensable quel que soit le type d'alimentation pour assurer la bonne croissance osseuse. Les doses précises seront prescrites par le docteur.

- *J'ai mal aux oreilles, il me faut des gouttes:*

Faux, si j'ai une otite, c'est le docteur qui me donnera des antibiotiques par la bouche, et décidera, peut-être, de me mettre des gouttes dans l'oreille, mais ça n'est pas sûr.

- *Je tousse, il me faut du sirop :*

Faux, il faut d'abord savoir pourquoi diagnostic du docteur). Les antitussifs dangereux chez les tout-petits.
Je tousse (le peuvent être)

- *Talquer un bébé est indispensable :*

Faux, mais un petit peu de talc adoucit la peau à condition qu'elle soit bien sèche. Si on met du talc en excès ou sur la peau humide, il forme des granules qui irritent les plis.

Vie quotidienne :

Il existe une recette pour faire dormir les bébés pendant la nuit :
Faux, il n'y a pas de recette miracle. Si je suis en bonne santé, et si je m'alimente sans problème, je vais vite m'adapter au rythme jour/nuit. Il n'y a pas de truc infaillible.
Je ne dors pas assez :
Faux, s'il y a suffisamment de calme autour de moi, j'arriverai à dormir tout le temps qui m'est nécessaire. Mais ça ne sera pas forcément la même durée que d'autres enfants de mon âge... à chacun son rythme.

J'ai peur du noir:
Faux, mais je peux être parfois tranquillisé par la lumière d'une porte entrouverte.

Vous me trouvez nerveux parce que je sursaute, vous dites que je suis coléreux et, même, pas gentil:
C'est peut-être vrai mais essayez de savoir pourquoi ? Si j'avais un peu plus de calme autour de moi, je me détendrais sans doute. Et puis, je suis comme je suis... En tout cas, ne me donnez surtout pas de médicament.

Je peux aller dans le bain avec mon frère ou ma soeur aînée :
Faux, je suis trop petit, je pourrais glisser et avoir un accident.

Un bébé peut-il être placé dans le lit de ses parents ?
Oui, si c'est pour des câlins.
Non, si c'est pour dormir.

Est-ce que je dois rester tout le temps sur le dos ?
Oui, si c'est pour dormir
Non, si je suis éveillé lorsque je suis avec vous, j'ai envie d'apprendre à ramper sur un "tapis de jeu" pour attraper mes jouets.

J'ai de la fièvre, donc je ne peux pas sortir, ni prendre mon bain:
Faux, on racontait ça il y a longtemps... Nous, les bébés de la fin du XXe siècle, on sait bien qu'on n'attrapera rien de plus si on s'aère un peu, normalement couvert, et que le bain tiède représente le premier des traitements en cas de fièvre.

Il faut me couvrir quand j'ai de la fièvre, surtout si j'ai les mains froides
Faux, ça peut être dangereux (voir "est-ce que j'ai de la fièvre **?')**

On dit que

Il est bon de laisser pleurer un bébé, "il se fait les poumons"
Faux, ce n'est pas en pleurant que les poumons se développent **;** il faut chercher la cause des pleurs. Les bébés qui pleurent peu savent aussi bien respirer que les autres... et la maison est plus calme

Un bébé n'en tend rien :
Faux, je vous assure que j'entends très bien, et en particulier les conseils de mon docteur. Ecoutez-les aussi bien que moi.

Il faut éviter de prendre trop souvent un bébé dans les bras car il sera capricieux:
Faux, j'ai besoin de vous, c'est en me faisant beaucoup de câlins que vous me permettrez de bien vous connaître. Plus tard vous pourrez m'apprendre à ne pas faire de caprices pour un oui ou pour un non.

La télévision est dangereuse pour un petit bébé:
Faux, mais je vous assure que ça ne m'intéresse pas, alors n'essayez pas de m'intoxiquer s'il vous plaît !

Pour endormir un bébé, il faut lui donner à boire de l'eau sucrée :
Faux, si vous pensez que j'ai soif, essayez un petit biberon de lait ou d'eau, mais sans sucre. Ne développez pas chez moi le goût du sucré et, surtout, ne trempez jamais ma tétine (si vous m'en donnez une) dans le miel ou le sucre.

J'ai besoin de farine pour obtenir une nuit complète :
Faux, la farine n'est pas un somnifère. Elle peut être cependant parfois nécessaire comme complément nutritionnel prescrit par le médecin.
La sucette déforme moins les dents que le pouce :
Faux, la succion prolongée et intense du pouce ou d'une sucette peut entraîner des déformations. Mais si je préfère sucer mon pouce, laissez-moi faire, c'est mon pouce à moi, et j'ai le droit d'en faire ce que je veux. je ne suis quand même pas né avec une sucette.

Il ne faut pas toucher aux croûtes de lait :
Faux, il faut les enlever. Demandez au docteur comment il faut faire.

Les ongles ne doivent pas être coupés pendant le premier mois :
Faux, car s'ils sont trop longs, je vais me griffer tout le visage.

Il faut couper les gencives avec du sucre ou une cuillère pour faire sortir les dents
Faux, car mes dents ne sortiront qu'à partir de 6 mois.